



# حقیقت انقلاب ثور

ارگان کمیته مرکزی حزب دموکراتیک خلق افغانستان

دوشنبه ۲۲ اسد ۱۳۶۳

July 23, 1984.

شماره ۲۷۱ سال چهارم

شماره مسلسل ۸۸۲

سال تأسیس ۱۳۵۹

## چهره ها و بهره های با ارزش

کارگران و کارمندان تصدی مرم و رخام طی ربع اول سال جاری ۱.۳ فیصد پلان خوشتر را طبق نموده اند.

یک منبع مسؤول تصدی مرم و رخام به خبر نگار ح.ا.ت گفت:

مجموع تولیدات فابریکه را اقسام مختلف مرم، خشت ترا سو به رنگ های مختلف، موزا نیک ساده و رنگه و صنایع دستی مانند مجسمه، تابلو، ظروف، سنگی، تخته شطرنج و زیورات سنگی تشکیل می دهد.

علاوه از سهم گیری شیعیات حجاری، ترا سو و صنایع دیگران و کارمندان تصدی یکسهم از کارگران نیز سهم ارزنده را در تولید ایفا نمودند که از آن جمله می توان از شکور کارگر شعبه حجاری، محمد امان کارگر شعبه ترا سو، شمس الدین و یار محمد ما شین کاران این تصدی نام برد و هم از باشی ودود درویش را در نقش مهمی را در انتقال مواد از معدن گز که ۱۶ کیلو متر از موزه فاصله دارد ایفا نموده است.

در شعبه ورکشاپ غلام حضرت همراه با همکاران شعبه اش در ترمیم و وسایط موسسه سهم فعال گرفته و یک پایه مو تر هشت سلندر را نیز در آن نصب نمودند که از ممدک آن مبلغ ۶۰ هزار افغانی صرفه جویی صورت گرفته است.

«آزوم»



زنان و دختران وطن ما از طریق اشتغال در امور تولیدی روز روز صفوف طبقه جوان کارگر کشور را گسترش می بخشند و تکمیل میکنند.

اکنون کارگران افغانستان با علاقمندی و شایستگی عالی چرخ های تولیدی و صنعتی را حرکت در می آورند و نه تنها امور محوله را انجام می دهند، بلکه تلاش میورند تا متحرکانه کار کنند و مصدروآوری هادر کیفیت و جگونگی تولید شوند.

حسینه و جمیله کارگران شعبه خردی فابریکه جنگلک بدین منظور نظرات و تجربه های خود را با هم در میان میگذارند.

## صفوف حزب نیر و مند تر میشود

انقلاب شکوهمند مردم ما با گذشت هر روز تعمیق و گسترش بیشتری می یابد و با متانت و قاطعیت از خود دفاع می کند. امید آنکه تلاش های روزی در افغانستان انقلابی را به گورستان آزادی و آزاده می بدل سازند، به یاسا سنا می دهد.

خلق قهرمان افغانستان با نازا نه در برابر جنگ و جنایتبار اعلان نشد و امیر یا لیستی قد علم کرد و با اراده تزلزل ناپذیر و ایمان به پیروزی حتمی در تحت رهبری حزب دموکراتیک خلق افغانستان پیشاهنگ طبقه کارگر و همه زحمتکشان کشور - کار عظیمی را جامعه عادلانه نوین را آغاز نهاد.

حزب دموکراتیک خلق افغانستان علی الرغم افتراآت و اکاذیب و لجن پراکنی های دشمنان وطن و انقلاب به عقول و قلوب مردم راه یافت و اینک مردم، باور مند به اهداف بزرگ حزب در تحت درفش آن بسیج می شوند و همپا با مارش ظفر آفرین انقلاب حماسه می آفرینند.

آری، توده های عظیم مردم به انقلاب می پیوندند و حزب ما وظیفه مهم و اساسی خود میداند که با ید شرکت گسترده و فعال زحمتکش و تمام نیروهای دموکراتیک، مترقی و وطن پرست کشور را در امر تحولات عظیم انقلابی، تحولات ملی دموکراتیک و ضد فئودالی و ضد امپریالیستی و در امر دفاع از مادی و وطن و انقلاب پر شکوه تور تا مین نماید.

یکی از وظایف مهمی که در لحظه کنونی تاریخ جوشان مبارزه انقلابی، در برابر حزب ما قرار دارد عبارت است از سرکوب قاطعانه ضد انقلاب و بسیج تمام زحمتکش و تمام نیروهای اصیل انقلابی در تحت درفش واحد انقلاب، در جهت اعمار جامعه نوین، در جهت شکوفا یی وطن پر غرور ما افغانستان دموکراتیک، حزب ما بر پایه مشی خرد مندان و علمای تنظیم شده خود در جهت اجرای وظایف فوق الذکر کارهای استواری بر داشته و پیروزی های چشمگیری بدست آورده است.

تجربه، صحت مشی اصولی و انقلابی حزب ما را به اثبات رسانیده و در نتیجه همین مشی علمی است که با گذشت هر روز صفوف حزب نیرو مند تر می شود و بهترین و آگاه ترین فرزندان دین و مبارزه، اعم از کارگران، دهقانان، پیشه وران و روشنفکران به حزب رو می آورند.

## ساختمان ماشین های جدید جالی بافی در ورکشاپ در و نته

کارگران و مکتور و وطن پرست این ورکشاپ هشت میلیون و ۴۳۰ هزار و ۲۶۰ افغانی از مدرک ترمیم و وسایط بدست آمده که ۲۵۹۴۲۵ افغانی اضافه از اصل پلان بود و افزایش ۳۱ فیصد را نشان میدهد.

کارگران و مکتور ورکشاپ در سال گذشته ۱۱ پایه ما - شین جدید جالی بافی را که هر یک پنجاه هزار افغانی ارزش دارد ساخته اند که از مدرک ساختمان آن مبلغ ۵۵۰۰۰۰ افغانی مفاد بدولت ورکشاپ ترمیمات و وسایط وادی ننگرهار با تطبیق ۱.۳ فیصد پلان مرتبه مبلغ ۲۵۹ هزار و ۴۲۵ افغانی اضافه تولید نموده است.

بنابر گزارش خبر نگار حقیقت انقلاب تور از قول آمر ورکشاپ ترمیمات و وسایط: پلان عمومی ورکشاپ در و نته در سال گذشته هشت میلیون و ۱۶۳ هزار و ۸۴۰ افغانی تخمین گردیده بود که در جریان سال به اساس زحمتکشی و کار ورکشاپ ترمیمات و وسایط وادی ننگرهار با تطبیق ۱.۳ فیصد پلان مرتبه مبلغ ۲۵۹ هزار و ۴۲۵ افغانی اضافه تولید نموده است.

بنابر گزارش خبر نگار حقیقت انقلاب تور از قول آمر ورکشاپ ترمیمات و وسایط: پلان عمومی ورکشاپ در و نته در سال گذشته هشت میلیون و ۱۶۳ هزار و ۸۴۰ افغانی تخمین گردیده بود که در جریان سال به اساس زحمتکشی و کار

## ایجاد ۷۷ کورس سواد آموزی

پنجاه و هفت کورس سواد آموزی در سه ماه گذشته امسال در مرکز و مربوطات ولایت ننگرهار ایجاد گردیده است.

این کورسها که در مرکز ولایت و مربوطات پروژه انکشاف وادی ننگرهار ولسوالی کامه و علاقه داری بتی کوت آنولایت ایجاد شده جمعا یک هزار و شصت و شصت و دو نفر از کارگران، دهقانان و کسبه کاران در آن شامل و به آموختن سواد آغاز کرده اند.

با ایجاد کورسهای جدید فلا در مربوطات ولایت ننگرهار جمعا تعداد کورسهای سواد آموزی به پنجاه و شصت و چهار کورس میرسد که درین کورسها نه هزار و بیست و هشت نفر مرد و نه صد و سه نفر زن مصروف سواد آموزی بوده و تدریس آنها توسط چهار صد و هشتاد و نه نفر از معلمین سواد آموزی و روشنفکران پیش برده میشود.

## تدویر جرگه قومی

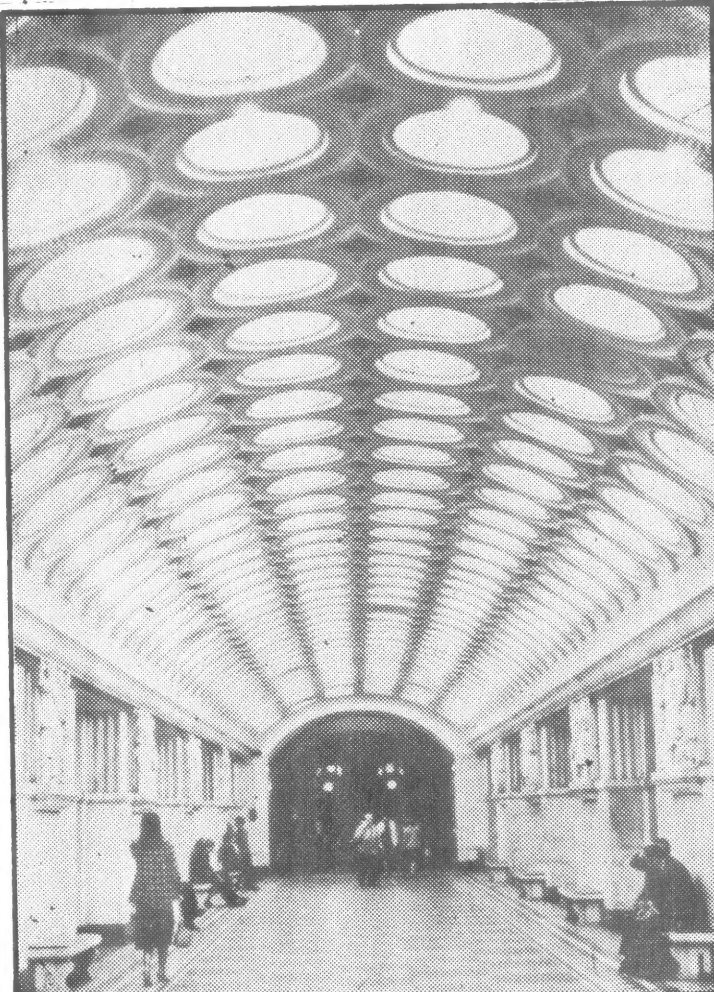
بزرگان، موفیدان و روحانیون قزای سوزمه قلعه صفر قشلاق، گورکاب سفلی، خراسان، چارک، تنزیل و بره لیک مربوط ولسوالی سانچارک ولایت جوزجان اخیرا طی جرگه های قومی پیرامون حل مشکلات محیطی شان و تحکیم هر چه بیشتر قدرت دولتی و تأمین امنیت در قزای مذکره بحث و مذاکره نموده و تصمیم لازم را در زمینه اتخاذ نمودند.

## اخبار خارجی

در صفحه سوم بخوانید

واشنگتن حاضر به مذاکره نیست

تجاوز چین پروینام



اتحاد شوروی به ترانسپورت توجه بسیار مبذول می گردد

مسافرین و وسایل ترانسپورت عمومی هم اکنون ۹۸ تا ۹۹ فی صد کل مسافرین را تشکیل میدهند. در این میان مترو جای ویژه ای را اشغال می کند. تکت مترو مسکو صرف نظر از بعد مسافت و توفیق خطوط کوپک است. در عکس یکی از ایستگاه های مترو مسکو مشاهده می شود.

## اتحاد شوروی آماده کاهش تسلیحات ذروی است

رفیق نیکولای تیخووف رئیس شورای وزیران اتحاد شوروی دیروز در پارلمان پو لنده اعلام کرد که اتحاد شوروی برای مذاکره روی محدود ساختن و کاهش جنگ افزار های ذروی آماده است.

وی اضافه کرد در صورتیکه ایالات متحده امریکا و ناتو موافقتی را که سبب برهم خوردن مذاکرات تزیو شد از میان بردارند، ما در انتظار نخواهیم ماند، اما آنانیکه امید بسته اند اتحاد شوروی در حالیکه مر می های ذروی امریکایی در اروپای غربی در مجاورت سرحدات کشورهای متحد برادران در مذاکره در مورد این مسأله هم چنین مذاکرات را دوام خواهد داد کاملا به اشتباه رفته اند.

رئیس شورای وزیران اتحاد شوروی که ریاست یک هیات حزبی - دولتی اتحاد شوروی را به عهده دارد در پارلمان پو لنده به مناسبت چهلیمین سالگرد احیای پو لنده سخن می گفت، وی گفت: یکی از اجزای جل تر یمن پرو بلم های امروز جل گیری از گسترش مسابقه تسلیحاتی در فضای خارجی است. وی تأکید کرد پیشنهاد اتحاد شوروی به حکومت ایالات متحده امریکا که مذاکره در مورد این مسأله







# اخبار خارجی، واقعیت‌ها، حواادث

## تجاوز چین برویتنام

قوای توپخانه چین مناطق سرحدی ولایت‌ها توپخانه ویتنام را از تاریخ اول آوریل الی ۱۵ جولای مورد بمباران قرار داده است.

به گزارش جی.تی.کی. واحد های چینایی به خاطر تسلط بر تپه های استراتژیکی به قلمرو ویتنام نفوذ نموده است.

در سندی که درین مورد انتشار یافته آمده است که در اثر این عملیات اکثر مردم بی دفاع کشته و کارخانه های صنعتی و خطوط مواصلات و خانه ها از بین برده شده است.

گزارش حاکیست که مقامات چینایی جنگ فزونی لوژیکی را علیه مردم مناطق سرحدی ویتنام به راه انداخته اند.

در سندی که درین مورد انتشار یافته آمده است که در اثر این عملیات اکثر مردم بی دفاع کشته و کارخانه های صنعتی و خطوط مواصلات و خانه ها از بین برده شده است.

گزارش حاکیست که مقامات چینایی جنگ فزونی لوژیکی را علیه مردم مناطق سرحدی ویتنام به راه انداخته اند.



کامینات بزرگ پروسس تخم و تولید مرغ به نام «پاولیکن» ویلکو، در جمهوری مردم بلغاریه پنج ماه سال گذشته عیسوی ۲۷۶۶۲۰ چوچه مرغ بیشتر از بلان تولید نمود.

نقش مساعی و ابتکارات مارینکه میچوا در تأمین این دستاورد نیست به دیگر کارگران موسسه برجستگی خاصی داشته است.

## واشنگتن حاضر به مذاکره نیست

تبصره ما

ایالات متحده امریکا بار دیگر نشان داد که تمایل ندارد جریمان مسابقات تسلیحاتی را قطع کند و روی میز مذاکره به خاطر جلسو گیری از نظامی شدن فضای کیهان حاضر شود.

اداره ریگن در برابر پیشنهاد سازنده و مشخص اتحاد شوروی در مورد آغاز مذاکرات به خاطر عدم انتشار تسلیحات در کیهان پاسخ منفی داده و رهبران کاخ سفید به منظور بهانه جویی تلاش می ورزند. تا این مذاکرات را با آغاز مذاکرات روی تسلیحات هسته ای در اروپا ارتباط دهند. در حالیکه رهبران واشنگتن حاضر نیستند حتی از برچیدن یک راکت هسته ای در اروپا سخنی در میان آورند.

بدون شک اکنون بر همگان بر ملا گردیده که کدام نیروها در جهان طرفدار جنگ و کدام من زدن مسابقات تسلیحاتی اند و کدام نیروها تلاش می ورزند تا شرایط لازم جهت ایجاد صلح پایدار و تأمین امنیت بین المللی فراهم گردد.

مشی صلح جو یا نه اتحاد شوروی و پیشنهاد های مشخص و سازنده این کشور در برابر مشی جنگ طلبانه و ملیت پرستی ایالات متحده امریکا قرار دارد. هدف رهبران کاخ سفید از اذمان زدن مسابقات تسلیحاتی و آغاز دور جدید آن در کیهان تحمیل سلطه امریایا - لیزم در جهان و دستیابی به برتری نظامی بر اتحاد

## رژیم پاکستان علیه قبایل

در اثر مشی نظامیگرانه حکومت نظامی پاکستان مبنی بر آزادیت مردم قبایل و حایه از اشراغ افغانی اوضاع در خیبر روپختام نهاده است. اطلاعات حاکیست که از روز جمعه به اینطرف که مردم در لوازمی دست به اعتصاب زده بودند نظامیگران پاکستان به دستگیری های وسیع مشران قبایل پرداخته و تاکنون به تعداد بیست و پنج نفر را دستگیر نموده اند.

همچنان ملیشای پاکستانی برپروز بخاطر دستگیری تیلو حاجی یکی از رهبران قبایل شینوار در خوجاخیل مربوط لوازمی آمده بود که در اثر مقاومت شدید و سرسختانه مردم آنجا موفق به دستگیری وی نشدند ولی یکتعداد دیگری از مردم قبایل را دستگیر نمودند.

اطلاعات می افزاید که محاصره نظامی خوجاخیل تا هنوز از طرف ملیشای پاکستانی و نظامیان آن کشور ادامه دارد.

## کمونست‌ها در حکومت جدید فرانسه شرکت نمی نمایند

وی تا کید ورزید که یک هیات حزب کمونست فرانسه که با صدرا عظم جدید ملاقات نمود پاسخ منفر در مورد پراپلم مربوط به پالیسی حکومت جدید در ساحه استخدام بدست نه آورده است.

نا میده افزود که حزب کمونست فرانسه نسبت به افزایش بیکاری در آن کشور نگران می باشد.

چارلس فائتمان منشی کمیته مرکزی حزب کمونست فرانسه سابق وزیر ترا نیپوزت پر یروز در پاریس اظهار داشت که کمیته مرکزی حزب کمونست فرانسه در جلسه کامل خود تصمیم گرفت تا در کابینه ای که از طرف لارنت فابیوش صدرا عظم جدید فرانسه تشکیل می گردد شرکت نه نمایند.

حکومت جدید هیچ اقدامی را در زمینه رفع این مشکل اتخاذ نخواهد کرد.

حزب کمونست فرانسه با انتخاب زعیم سوسیالیست های آنکشور (فرانسو امیتران) بحیث رئیس جمهور در کابینه قبلی فرانسه شرکت ورزیده بود. اکنون عدم ایفای تعهدات انتخاباتی از طرف سوسیالیست ها سبب دوری کمونست ها از آنان گردیده است.

## جلسه خاص پارلمان پولند

پارلمان پولند بتاريخ ۳۱ سرطان در تجلیل از چهلین سالروز احیای مجدد پولند جلسه خاصی را تشکیل داد. درین جلسه رفیق ویجیخ یاروز لسکی منشی اول کمیته مرکزی حزب متحد کارگری و رئیس شورای وزیران جمهوری مردم پولند دیگر رهبران پولند و همچنان هیات حزبی دولتی اتحاد شوروی تحت ریاست رفیق نیکولای تیخوف عضو بیروی سیاسی کمیته مرکزی حزب کمونست و رئیس شورای وزیران اتحاد شوروی و سایر هیات های کشورهای سوسیالیستی برادر اشتراک ورزیده بودند.

رفیق ویجیخ یاروز لسکی گزارشی را درین گردهمایی ارائه نمود.

طبق یک خبر دیگر، پارلمان پولینه، بدینسانست عفو عمومی را در آنکشور تصویب و اعلام داشت.

این عفو عمومی شامل متهمین جرایم سیاسی و جنایی میگردد و تنها کسانی را در بر نمیگیرد که به جرایم جنایت ملی، سبوتاز و تخریب از طرف محاکم محکوم شده اند.



طبق معمول کرسی های کانگرس ایالات متحده امریکا را دست نشاندگان سرمایه داری اشغال می کنند.

ارتجاعی یکجا شده که در عملیات سبوتاژ و تروریزم درگیر می باشند.

**گواتیمالا**

هفته گذشته به تعداد هفده نفر از مردم گواتیمالا از طرف اعضای گروه های مسلح دست راستی گواتیمالا ترور شده اند.

در جمع این قربانیان دوزن و یک طفل ۱۲ ساله شامل می باشند. ده نفر دیگر به شمول چار جوان اختطاف شده اند.

**از تیلی تایپ**

لبنان دیشب توسط راکت انداز مورد حمله قرار گرفت درین حادثه تلفات جانی واقع نشده اما به عمارت خساره وارد گردیده است.

مسو لیت این عمل جنایتکارانه را گروه بی مدعی شده که با سازمانی که خود را الجهاد می خوانند ارتباط دارد.

درین سازمان گروه های

# مارکس در زندگي

## در خانه کارل مارکس

درون خواند. او کارل مارکس بود.

خانواده اش به استراحت پرداخته بودند و خود با همی خاص خوراکی مختصر و اشتها آور فراهم ساخت. بعد چای نوشیدیم و در باره اندیشه های انقلابی، تبلیغات و ساز مانه می به تفصیل سخن گفتیم. وی از کاری که در اسپانیا صورت گرفته بود بسیار راضی بود، داوری او مبتنی بر گزارش بود که من برای ارائه به کنفرانس به همراه داشتم و شفا هما خلاصه آن را به آگاهی او رساندم. پس از آن که درباره این گزارش به حد کافی بحث کنیم و شاید هم برای آنکه به میل دل خود پاسخی مثبت داده باشد، مهماندار بزرگوار من به سخن گفتن درباره ادبیات اسپانیوی پرداخت که آن را در تمام جزئیات تشخو می شناخت. وی با گفته های خود درباره تیاتر باستانی و تاریخ آن، تغییرات و ویشرف هایش که حتی جزئیات آن را می شناخت مرا شگفت زده ساخت. کالدرون، لویه دوگا، تیسر (دمونیا) و دیگران را که به نظر او نه تنها استادان تیاتر اسپانیا بلکه اروپا بودند مورد بررسی اساسی و آن طور که به نظر من رسید مورد تحلیل و داوری عادلانه ای قرار داد. در حضور این مرد بزرگ و در برابر آن

کوار من به سخن گفتن درباره ادبیات اسپانیوی پرداخت که آن را در تمام جزئیات تشخو می شناخت. وی با گفته های خود درباره تیاتر باستانی و تاریخ آن، تغییرات و ویشرف هایش که حتی جزئیات آن را می شناخت مرا شگفت زده ساخت. کالدرون، لویه دوگا، تیسر (دمونیا) و دیگران را که به نظر او نه تنها استادان تیاتر اسپانیا بلکه اروپا بودند مورد بررسی اساسی و آن طور که به نظر من رسید مورد تحلیل و داوری عادلانه ای قرار داد. در حضور این مرد بزرگ و در برابر آن

بین کالدرون و شکسپیر می شود مطرح ساخت و درین رابطه یادی هم از سروا تنس کردم. مارکس در باره تمام این موضوعات با تسلط کامل سخن میگفت، و در ضمن، سخن از هیدالگولا مانچا و اندیشه نافذش به میان آورد و اوارا ستود.

این راهم باید بگویم که گفتگوی ما به زبان اسپانیوی بود و بیانش کاملاً سلیسی بود به استثنای تلفظ که چندان خوب نبود.

صبح روز مرا به اتاقی که برای آن که چندان نادان و بیسواد به نظر نرسد دل به دریا زد و باکو ششی قهرمان وار، مقایسه ای که معمولاً

خستگی گنج بودم، گنجی ناشی از تغییر چنان ناگهانی که طی چند روز در زندگی من رخ داده بود.

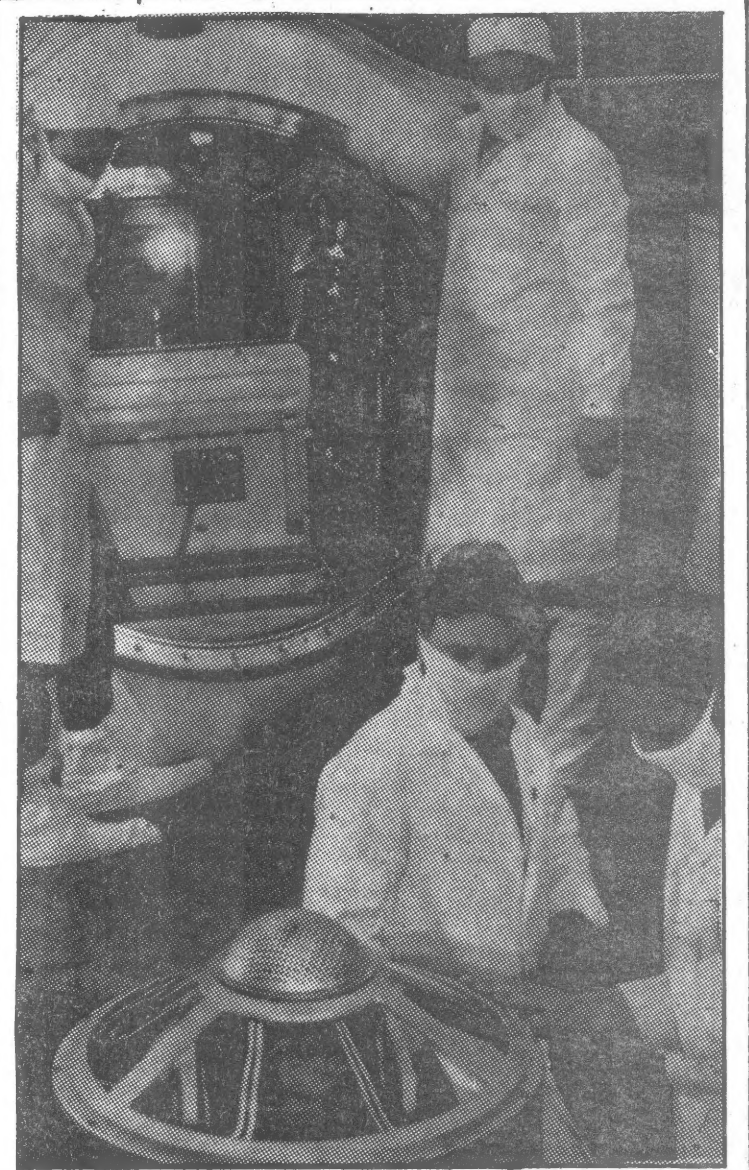
صبح روز بعد به دختران مارکس و دیگر نمایندگان و شخصیت هایی که به تدریج حضور یافته بودند، معرفی شدم. میل دارم از دو موردی که درین مراسم پیش آمد و یاد آن ها همیشه موجب شادی خاطر می شود، سخن بگویم.

بزرگ ترین دختر مارکس هم اسپانیوی میدانست. گرچه تلفظش مثل تلفظ پدرش خوب نبود. مصرانه از من خواست تا چیزی برایش بخوانم زیرا میل داشت تلفظ صحیح را بداند.

مرا بخود به کتابخانه برد، از قفسه ای که



# کارمبتکرانه ونبرد آگاهانه مشخصه کارگران کندز



شورای ولایتی اتحادیه های صنفی ولایت کندز در سال ۱۳۵۹ با کمیته ۷ نفره ایجاد گردید و تا به حال ۱۳۶۳ بیش از ۳۶۰ نفر از کارگران و زحمتکشانش را در ۴۲ سازمان اولیه متشکل ساخته که از جمله ۴۶۴ نفر آن اهل کسبه و ۱۱ نفر آن متعلق به صنف پیشه ورا میباشد این شورا در رفع نیاز مندی های مردم گام های موثر و عملی گذاشته و نظر به گفته صنفی کندز با لایحه فعالیت و ابتکار را کارگران مو سسات تولیدی این شورا ولایتی ۹ نفر کارگر پیشین و مبتکر از دیگران پیشی

گرفته و در ساختمان سیزده نوع سامان و پرز و جات تخنیک از قبیل رنگ ماشین های دیزلی ۲۵۰ کیلو وات، رنگ ماشین های دیزلی ۴۰۰ کیلو وات و ۶۰ کیلو وات که قبلا از خارج کشور تهیه میشد اکنون از مواد داغمه اضافی خود موسسات کار گرفته شده و تا حدودی احتیاج آنها را رفع میگردد که از درک این ابتکار را ت مبلغ ۲۲۰۶۶۴ افغانی در جریان سه ربع اخیر سال ۱۳۶۲ عاید پست آمده در مجموع عاید اتیکه از طریق ابتکار و تطبیق پیشینها در سازنده و خلاق کارگران

موسسات مربوط پس از ایجاد این شورای ولایتی بدست آمده بالغه ۷۴۵۸۸۴ افغانی میشود. بخاطر ارجح گذاری به این ابتکار را شورای اتحادیه های صنفی ولایت بیش از ۳۷۰ کارگر بی سواد کندز به تعداد ۱۲ نفر کارگر مبتکر و ۱۳ نفر از فرزندان کارگران را در جهت استفاده از بورسهای کوتاه مدت تقریبی و استراحت به کشور دوست اتحاد شوروی اعزام نموده است. همچنان اعضای شورای ولایتی جهت ترویج ذهنی و از تقای سطح شعور سیاسی طبقه جوان کارگر و دهقانان از طریق آخذ راد یو در پروگرام

های تبلیغاتی قرا و قصبات شرکت ورزیده اند شورای اتحادیه های صنفی ولایت کندز ۲۳ کورس سواد آموزی برای بیش از ۳۷۰ کارگر بی سواد تا سپس نموده و به تعداد ۸ کتابخانه و یک دستگاه سینما سیار را بکار انداخته است. کارگران رزمنده و ابتکار جوی این اتحادیه در زمینه نگهداری موسسات خویش از خرابکاری عناصر ضد انقلاب در ۲۷ پوستر امنیتی شامل ۲۷۱ کارگر مسلح از موسسه خویش دفاع می نمایند.

تحقیقات کوزمو س ۱۵۱۴ نتایج گرانمایی بیاد آورد. عکس: متخصصین اتحاد شوروی را هنگامی نشان میدهد که پس از بازگشت این سفینه کیهانی از فضا، یک شادی را از آن بیرون می کنند.

## دانش در خدمت انسان

هیچکس از زش و بهای آب را از کسی که در هنگام گرمای سوزنده تابستان در دشت احساس تشنه گی نماید بهتر نمیداند. نوشیدن زیاد آب نیز به همان تناسب تشنه گی برای صحت زیان آور است.

میرد و نفع دایقه خوبی به نوشابه می بخشد. آب ویتامین ها و نمک هم به این نوشابه افزوده میشود. آزمایش هاشان میدهند که نوشابه نوگرما بیست و انسان را ثابت نگه میدارد و ماده خوب ضد عفونی نیز است.

## بهره گیری از آب گرم طبیعی

در فابریکه «کنگت» شهر سنتش میجرستان نصب دستگاه جدید تسخین بواسطه آب گرم طبیعی آغاز گردید. آب گرم یک منبع بزرگ طبیعی درین کشور بشمار می آید. این آب ۶۰ درجه حرارت دارد و سومین منبع انرژی حرارتی شمرده میشود و بصورت کامل جای حرارت تیل، سنگ زغال و گاز را میگیرد. اکنون در مجارستان آب گرم طبیعی در ساحه دو میلیون مترمربع گرم خانه ها، گلخانه ها و همچنان فارمهای مالداری و تعمیرات صنعتی را تسخین می نماید که ازین مدرک سالانه در حدود دو صد هزار تن تیل ذخیره میگردد.

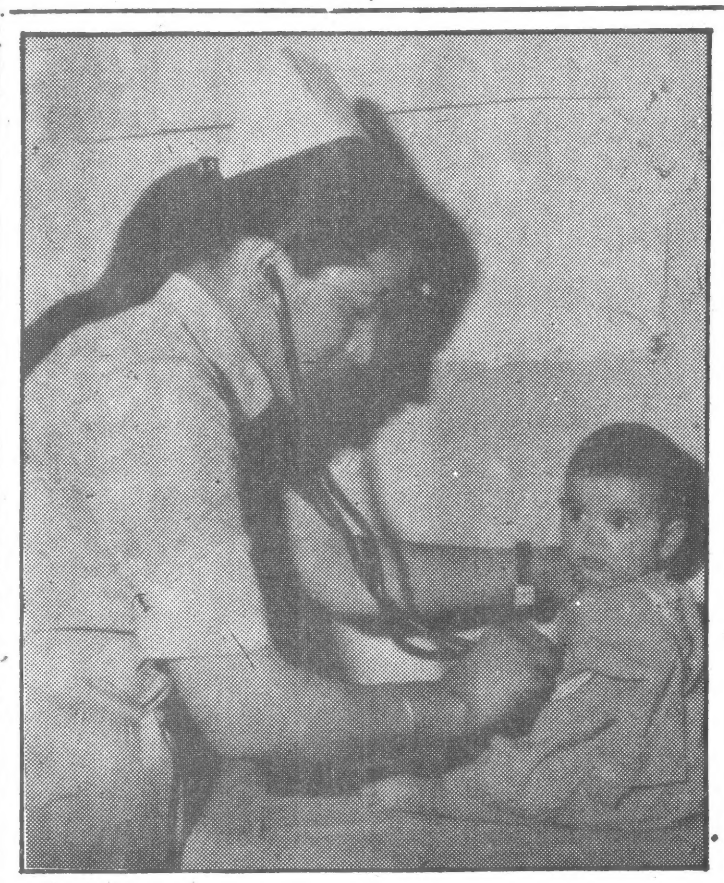
## سگرت، قهوه و یا قدم زدن

به همگان مسلم است که کار مداوم دماغی خستگی های توانفرسایی را در پی دارد. برخی از ما برای رفع این خستگی ها ناچار به سگرت و قهوه غلیظ پناه می بریم. در حالی که سگرت و قهوه خستگی مارا نمیتواند میان بر دارد. پیاده روی بهترین دفع کننده خستگی های کار روزانه اند. حتی قدم زدن بسیار آهسته میتواند تغییر را در ارگانیزم و انساج بدن پدید آورد، و سیستم عصبی مارا عادی بسازد. پییودن زینه های بلند نیز برای صحت ما مفید میباشد. پییودن زینه های بلند ارتفاع، در هر دقیقه (پانزده) کالوری انرژی و جودمارا به مصرف میرساند. پس و قتی احساس خستگی نمودید، سگرت و قهوه غلیظ نمیتواند کاری را انجام دهد، تنفس عمیق و قدم زدن بهترین رفع کننده خستگی های شما است. (گزارنده بهدردی: ستاک)

## ورزش

### غالب در ۴۰ مسابقه

در مسابقات بین المللی جوانان که در شهر تیلیسی گرجستان اتحاد شوروی در سال ۱۹۸۳ برگزار گردید بود در وزن خود حایز مقام دوم و برنده مدال نقره گردید و یک دیپلوم افتخاری را نیز بدست آورد. این مطلب را احمد صمیم محصل صنف ۱۴ انستیتوت تربیت بدنی و عضو تیم ملی بکسنگ اظهار داشته افزود: در مسابقاتی که من برنده مدال نقره گردیدم، بکسران ورزیده از کشور های منگولیا، چکوسلواکیا و اتحاد شوروی اشتراک ورزیده بودند. من از مدت ۴ سال به این ورزش بکسی رو آورده و در ۴۱ مسابقه داخلی شرکت ورزیده ام.



حمایه طفل و مادر اساس حمایه از جامعه سالم، خو- شخت و نیرومند فرد است. عکس: لیلانرس کلینیک حمایه طفل و مادر را حین اجرای این وظیفه نشان می دهد. (عکاسی: ح. ا. ث)

## معلومات

تلفون های ضروری

۲۵۷۴۱-۴۴	سویچورد کمیته مرکزی
۴۰۴۷۵	کمیته ولایتی
۴۱۱۴۳	کمیته شهری
۲۱۸۹۲	ناحیه اول حزبی
۲۳۶۶۶	
۲۲۳۷۴	ناحیه دوم حزبی
۴۲۳۵۹	ناحیه سوم حزبی
۳۰۵۷۵	ناحیه چهارم حزبی
۳۰۸۵۰	ناحیه پنجم حزبی
۴۱۴۰۸	ناحیه ششم حزبی
۴۱۸۵۲	ناحیه هفتم حزبی
۲۳۳۵۷	ناحیه هشتم حزبی
۲۴۷۶۲	ناحیه نهم حزبی
۲۳۲۲۹	ناحیه دهم حزبی
۷۱۵۵۴-۷۱۰۰۱	ناحیه یازدهم حزبی
۲۳۴۳۱	سازمان د. ج. ۱
۲۳۰۴۰	اتحادیه های صنفی
	سازمان دموکراتیک زنان افغانستان
۲۱۳۹۵	

## حوزه های امنیتی

۲۵۱۰۰	حوزه اول
۲۵۲۰۰	حوزه دوم
۴۲۴۰۰	حوزه سوم
۳۱۶۹۱	حوزه چهارم
۴۱۷۷۱	حوزه پنجم
۴۲۸۵۰	حوزه ششم
۴۲۶۰۰	حوزه هفتم
۱۵۸۰۰	حوزه هشتم
۲۵۵۰۰	حوزه نهم
۳۱۶۰۰	حوزه دهم
۷۱۲۰۰-۷۱۱۰۰	حوزه یازدهم

## شفاخانه ها

۲۵۸۸۱	شفاخانه جمهوری
۴۰۲۴۳-۳	شفاخانه علی آباد
۲۳۵۳۶	میوند روغتون
۲۰۳۶۸-۲۱۹۴۴	
۳۶۷۵۱	وزیر اکبر خان روغتون
۳۱۶۶۸	ملکی زیتون
۲۳۳۸۹	زایشگاه
۳۳۸۰۳-۳	کلینیک صدی
۳۳۸۴۱-۲	صحت ظل
۴۲۷۴۱	ستادوس نسوان
۲۲۰۵۱-۴	شفاخانه ابن سینا
۳۶۷۴۴	شفاخانه اتانی
۲۲۱۴۴	شفاخانه چارسد بستر ارو
۲۰۲۵۹	کلینیک مرکزی دندان
۴۱۰۵۱-۲	شفاخانه نور
۲۴۵۰۰	مرکزی کنخی
	امور صهی مکاتب تعلیم و تربیه
۲۱۴۷۸	بانک خون
۲۵۲۸۵	موسسه توپرکلو
۴۱۸۸۷	موسسه انجمن رهنمای خانواده
۴۲۶۸۴-۴۰۰۰۴	
۲۵۸۵۳	موسسه حمایه ظل و مادر
۳۰۲۹۵	
۲۰۱۷۱-۱۲	اطفانیه کابل

## شکایات مغایرات

۲۰۰۰۰-۲۲۱۱۱-۲۲۱۱۱	شکایت
۳۳۰۰۰-۳۳۰۰۰	شکایت
۴۹۰۰۰-۴۹۰۰۰	شکایت
۷۱۰۰۰-۷۱۱۱۱-۷۱۰۰۰	شکایت

## وزارت خانه ها و دوائر

۲۵۴۴۱-۴	وزارت امور خارجه
۲۵۳۴۱-۴	
۲۶۰۴۱-۴	وزارت مالیه
۲۵۷۲۲	کمیته دولتی پلانکادی
۲۱۷۲۳	
۴۱۷۷۷-۴۱۷۲۲	وزارت دفاع ملی
۲۵۸۴۱-۴	وزارت معادن و صنایع
۲۰۳۴۵-۸	وزارت هوا و فضا
۲۰۸۴۱	وزارت صحت عامه
۳۳۴۴۱-۳	وزارت امور داخله
۲۳۴۰۴	وزارت عدلیه
۲۵۱۵۱-۳	وزارت تعلیم و تربیه
۲۱۳۴۱-۴	وزارت مغایرات
۴۰۸۴۱-۲	وزارت زراعت
۴۱۰۴۱-۴۴	وزارت تجارت
۲۱۷۲۳	وزارت اقوام و قبایل
۴۰۷۲۳-۵	وزارت آبادی
۲۵۱۰۵-۱۰	وزارت انرژی برق
۲۵۵۴۱-۴	وزارت ترانسپورت
۴۰۷۲۵	ریاست عمومی بانکها
۲۰۴۵۱-۳	کمیته دولتی کلتور
۲۰۴۱۳	آژانس اطلاعاتی باختر
	کمیته دولتی رادیو و تلویزیون
۲۳۴۴۱-۲۵۲۴۱-۴۴	
۲۳۸۱۶	کمیته دولتی تبلیغ و نشر
۲۱۶۶۱	ریاست افغان لاه